

献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2023年 7月17日～2023年 7月23日)

	7月17日 (月)	7月18日 (火)	7月19日 (水)	7月20日 (木)	7月21日 (金)	7月22日 (土)	7月23日 (日)
昼食	米飯150g すまし汁 カレイのパン粉焼き キャベツのドレ和え みかん缶 ラタトゥユ	米飯150g すまし汁 ゴーヤチャンプルー チーズジャーマンポテ フルーツカクテル 小松菜とじゃこの和え	ツナトマトそうめん しゅうまい ビーンズサラダ りんご缶	米飯150g 味噌汁 赤魚の粕漬け焼き もやしのナムル パイン缶 さつま芋のレモン煮	豆ごはん すまし汁 鶏肉の香味焼き 茄子の和風そぼろ煮 マンゴー缶 じゃが芋のたらこ和え	米飯150g すまし汁 鱈の梅味噌焼き オクラのドレ和え 黄桃缶 ひじき入り蓮根金平	
	エネルギー 438kcal 蛋白質 20.4g 脂質 5.3g 食塩 2.4g	エネルギー 588kcal 蛋白質 25.6g 脂質 15.2g 食塩 3.0g	エネルギー 502kcal 蛋白質 18.0g 脂質 14.0g 食塩 2.7g	エネルギー 537kcal 蛋白質 21.3g 脂質 4.9g 食塩 2.8g	エネルギー 665kcal 蛋白質 25.6g 脂質 21.3g 食塩 2.7g	エネルギー 524kcal 蛋白質 21.8g 脂質 10.8g 食塩 2.6g	
3時	バームクーヘン	珈琲クリームサンド	マロンババロア	豆乳饅頭	チョコパン	南瓜ようかん	
	エネルギー 95kcal 蛋白質 1.3g 脂質 4.1g 食塩 0.1g	エネルギー 72kcal 蛋白質 1.3g 脂質 2.2g 食塩 0.0g	エネルギー 117kcal 蛋白質 2.6g 脂質 4.6g 食塩 0.1g	エネルギー 48kcal 蛋白質 1.0g 脂質 0.1g 食塩 0.0g	エネルギー 72kcal 蛋白質 1.4g 脂質 2.5g 食塩 0.1g	エネルギー 37kcal 蛋白質 0.7g 脂質 0.5g 食塩 0.0g	
合計	エネルギー 533kcal 蛋白質 21.7g 脂質 9.4g 食塩 2.5g	エネルギー 660kcal 蛋白質 26.9g 脂質 17.4g 食塩 3.0g	エネルギー 619kcal 蛋白質 20.6g 脂質 18.6g 食塩 2.8g	エネルギー 585kcal 蛋白質 22.3g 脂質 5.0g 食塩 2.8g	エネルギー 737kcal 蛋白質 27.0g 脂質 23.8g 食塩 2.8g	エネルギー 561kcal 蛋白質 22.5g 脂質 11.3g 食塩 2.6g	

<お禁>
ごはん
すまし汁
しゅうまい
ビーンズサラダ
キャベツドレ和え
りんご缶

献立変更する場合があります。ご了承下さい。